

# Recursos para personas con condiciones post-COVID



## Consulte a un proveedor de atención médica

Hable con un proveedor de atención médica acerca de sus síntomas.

Lo pueden revisar, descartar otras condiciones de salud y ayudarlo a encontrar especialistas.

- ¿Necesita ayuda para encontrar atención médica? Llame a la línea de información de su condado 2-1-1 o visite [211ca.org](https://211ca.org).
- ¿Quiere hablar con un proveedor médico sin salir de casa? Pregúntele a su médico acerca de la telemedicina.
- Obtenga más información en [bit.ly/cdphtelehealth](https://bit.ly/cdphtelehealth).
- Complete y traiga el Registro de Síntomas post-COVID a su cita [cdph.ca.gov/longcovid](https://cdph.ca.gov/longcovid).



Encuentre más información sobre COVID prolongado en [cdph.ca.gov/longcovid](https://cdph.ca.gov/longcovid).



## Busque atención médica adicional post-COVID

En las clínicas post-COVID, puede obtener atención especializada y un plan de tratamiento personalizado.

- Lista de clínicas post-COVID – Survivor Corps: [survivorcorps.com/pccc](https://survivorcorps.com/pccc)
- ¿No puede ir en persona? Pregunte a las clínicas sobre las opciones de citas de telemedicina. Obtenga más información en [bit.ly/cdphtelehealth](https://bit.ly/cdphtelehealth).
- Pruebe los recursos en su hogar. Lea [Recuperándose de COVID-19: Su guía para Restaurar el Movimiento de Johns Hopkins Medicine](#).



## Solicite apoyo en el trabajo

Las condiciones post-COVID pueden calificar como una discapacidad bajo la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA).

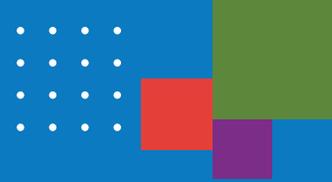
Hable con su empleador o departamento de Recursos Humanos sobre las adaptaciones laborales. También puede solicitar beneficios por discapacidad.



Escanee el código QR para ver enlaces interactivos en este folleto.



# Recursos para personas con condiciones post-COVID



## Solicite apoyo en la escuela

Los estudiantes pueden ser elegibles para adaptaciones educativas bajo la Ley de Educación para Individuos con Discapacidades. Pregúntele a su escuela sobre las adaptaciones para hacer que el aprendizaje sea más manejable.



## Participe en estudios académicos

Participe en estudios académicos, que están explorando las causas y nuevos tratamientos posibles para las condiciones post-COVID. Por ejemplo, el estudio RECOVER fue lanzado por los Institutos Nacionales de Salud (NIH). Obtenga más información en [recovercovid.org](https://recovercovid.org).



## Participe en grupos de apoyo

Consiga apoyo entre otros que han sufrido de COVID prolongado.

- [Body Politic](#)
- [Alianza de COVID prolongado](#)
- [Survivor Corps](#)
- [Niños con COVID prolongado](#).



## Cuide su salud mental

El Covid prolongado puede ser un desafío tanto para las personas que lo experimentan como para sus seres queridos y cuidadores. **Agregue recursos de salud mental a su caja de herramientas de cuidado personal.** Encuentre recursos en [namica.org](https://namica.org).

